Hale & Healthy HOSPITAL
Multi Speciality Since 1987
A1, Srinivasapuram, ECR, Thiruvanmiyur, Chennai - 600 041.
Contact
044-43090397

EXPRESS VELACHERY

Neighbourhood Newspaper - Weekly
Free Circulation

நாவில் நடனமாடும் சுவைக்கு
கங்கா ஸ்வீட்ஸ் GANGA SWEETS
PURE GHEE SWEETS
Contact
4264 5911 / 2615 4635

VOL - 4 ISSUE - 9 Editorial : 044-42077328 / 7305837388

டான்சிநகர் நலவாழ்வு சங்கமும் ஜெஜெ தன்னம்பிக்கை அறக்கட்டளையும் இனைந்து 75வது சுதந்திரத்தினத்தை வரவேற்கும் நிகழ்ச்சி...

ஆகஸ்ட் 15, 75,வது சுதந்திரத் தின அமுத பெருவிழைவை முன்னிட்டு கடந்த 7ஆம் தேதி அன்று அந்த நாளை வரவேற்றும் மற்றும் சுதந்திர போராட்ட வீரர்களையும், தியாகிகளையும் நினைவு படுத்துவும் அவர்களை போற்றும் வகையுலும் டான்சிநகர் நலவாழ்வு சங்கமும் ஜெ ஜெ தன்னம்பிக்கை அறக்கட்டளையும் இனைந்து தேசத்திற்க்காக பாடுபட்ட வீர்களின் படங்களையும் தேசிய கொடியையும் கையில் ஏந்தி ஊர்வலமாக சென்றனர். இந்த நிகழ்ச்சியில் டான்சிநகர் நலவாழ்வு சங்கத்தின் மாணவ, மாணவிகளும், ஜெஜெ தன்னம்பிக்கை அறக்கட்டளை சேர்ந்த மாண, மாணவிகள் 70, பேர் கலந்து கொண்டார்கள்.

சங்கத்தின் நிர்வாகிகள் உறுப்பினர்கள் மற்றும் மாணவ, மாணவிகளும், பெற்றோர்களும் கலந்து கொண்டார்கள். ஊர்லத்தில் சுதந்திர போராட்ட வீரர்களின் தியாகங்களை போற்றி கோசங்கள் எழுப்பப்பட்டன. இந்த நிகழ்ச்சியில் கலந்து கொண்டு ஒத்துழப்பு கொடுத்த அனைவருக்கும் மனமார்ந்த நான்றியை தெரிவித்துக் கொண்டனர்.

வாழ்க பாரதம் வாழ்க
வையகம் ஜெய்ஹிந்...

CLASSIFIED

WANTED

Front Desk Executive

(Male / Female)

Ateliers Fitness
Velachery, Behind A2b

Contact
9841030772

Commercial Space for Rent

650 Square feet for 23,000/- @ first floor

Diya Complex, Vijayanagar Main Road, Velachery (Near Ananda Bhavan)

6 month rent as advance

CONTACT
7305837388

INCOME TAX / GST RETURNS, ROC ANNUAL COMPLIANCE / COMPANY INCORP / PF-ESIC eTDS / TRADEMARK REGN / DSC

ASHARAJ BUSINESS CONSULTANTS
CMA.T.RAJKUMAR JAIN

99401 11431

Email:cmarajkumar@gmail.com

DESIGNING

Tamil & English DTP designing works
Rs. 750/- only

Contact
7305837388

COMPUTER SERVICES

Laptop, Peripherals through Installation, Sales, Services, Chiplevel, Virus Removal, Networking Solutions to all Hardware & Software

Contact
9841823435
9841823436

Mother Land

Play School, Day Care & After School Care

No.38, 2nd Street, Tansi Nagar, Vijayanagar, (Near ICICI Bank - Royal Shoppee) Velachery, Chennai - 600 042.

Contact
72992 62185
90947 52300

TMS YOGA AND ART'S CENTER

SIMPLE SOLUTION TO LEARN
ONLINE & OFFLINE

Contact
9789098094
8012041624
9500090445

Velachery, Madippakkam, Keelkatalai.

WANTED

Tele Callers

CONTACT
7305837388

WOMAN'S WELLNESS YOGA CENTRE
Contact : 9444 122 922

TREATMENTS FOR

- Headache / Migraine
  தலைவலி / ஒற்றை தலைவலி
- Sinusitis
  சைனஸ் தொந்தரவு
- Neck Pain / Cervical Spondylosis
  கழுத்து வலி
- Back Pain / Lumber Spondylosis
  முதுகு வலி
- Digestion Problems & GIT disorders
  வயிறு & குடல் சம்பந்தமான தொந்தரவுகள்
- Uterine ailment like Fibroid
  கர்ப்பப்பை கோளாறுகள்
- PCOD
  மாதவிடாய் கோளாறுகள்
- Respiratory ailments, Asthama
  சுவாச கோளாறுகள்
- Diabetes & is Complications
  சர்க்கரை வியாதிகள்
- Cholastrol, BP
  கொலஸ்ட்ரால், ரத்த கொதிப்பு
- Thyroid Problems
  தைராய்டு பிரச்சனை
- Stress, Anxiety & Sleep Disturbance
  மன அழுத்தம் & தூக்கமின்மை
- Weight Loss & Weight gain
  உடல் எடையை குறைக்க & அதிகரிக்க
- General Health
  பொது மருத்துவம்
- Infertility
  குழந்தையின்மை

To Advertise about Your Business Rental House, Buying, Selling, Services & Job Vacancy Pay Rs. 100/- Only

Commercial Space for Rent

850 Square feet for 27,000/- @ ground floor

Diya Complex, Vijayanagar Main Road, Velachery (Near Ananda Bhavan)

2 L as advance

CONTACT
7305837388

Prevention Tips For COVID-19

சென்னையில் தங்கம் மற்றும் வெள்ளி விலை நிலவரம்

	22 கேரட்	24 கேரட்
தங்கம் விலை -	1 கிராம் ₹ 4890	1 கிராம் ₹ 5292
	8 கிராம் ₹ 39120	8 கிராம் ₹ 42336

வெள்ளி விலை - 1 கிராம் ₹ 64
1 கிலோ ₹ 64000

3 வது முறையாக உயரும் தனியார் பால் விலை...

சென்னை: தமிழகத்தில் தனியார் பால் விலை லிட்டருக்கு ரூ.4 வரை உயர்த்தப்படுவதாக அறிவித்துள்ளது மக்களிடையே அதிர்ச்சியை ஏற்படுத்தியுள்ளது.

தமிழகத்தில் நாள்தோறும் சுமார் 2.25 கோடி லிட்டர் பால் உற்பத்தி நடைபெறுகிறது. இதில் அரசின் ஆவின் நிறுவனம் சுமார் 38.26 லட்சம் லிட்டர் பாலை கொள்முதல் செய்கிறது. மீதமுள்ள பாலை தமிழகம் மற்றும் ஆந்திராவை சேர்ந்த தனியார் நிறுவனங்கள் கொள்முதல் செய்கின்றன.

கடந்த 2020ம் ஆண்டு தனியார் பால் விற்பனை விலை லிட்டருக்கு ரூ.6 வரை உயர்த்தப்பட்டது. ஊரடங்கு அமல்படுத்தப்பட்ட போது விற்பனை சரிந்து விட்டதாக கூறி அனைத்து தனியார் பால் நிறுவனங்களும் கொள்முதல் விலையை லிட்டருக்கு ரூ.18 வரை குறைத்தது. ஆனால் விற்பனை விலை குறைக்கப்படவில்லை. நடப்பு ஆண்டில் பிப்ரவரி மாதம் ஒரு முறையும், ஏப்ரல் மாதத்தில் ஒருமுறையும் பால் மற்றும் தயிர் விற்பனை விலையை லிட்டருக்கு தலா ரூ.4 உயர்த்தியது. இந்த நிலையில் நடப்பு ஆண்டில் 3வது முறையாக தனியார் பால் விற்பனை விலை உயர்த்தப்படுகிறது. 11.8.2022 அன்று முதல் சீனிவாசா பால் நிறுவனம் லிட்டருக்கு ரூ.2 உயர்த்தி இருக்கிறது. ஹட்சன் நிறுவனம் நாளை முதல் பால் மற்றும் தயிர் விலையை லிட்டருக்கு ரூ. 4 உயர்த்துவதாக அறிவித்துள்ளது.

இதனால் பால் சார்ந்த உணவு பொருட்கள் அனைத்தும் விலை உயரும் நிலை உள்ளது. எனவே தனியார் நிறுவனங்களின் இந்த தன்னிச்சையான விலை உயர்வு அறிவிப்பை தமிழக அரசு தலையிட்டு உடனடியாக தடுத்து நிறுத்த வேண்டும் என்று பால் முகவர்கள், தொழிலாளர்கள் நலச்சங்கம் அரசுக்கு கோரிக்கை விடுத்துள்ளது.

Tamil Nadu International Kite Festival 2022...

The first Tamil Nadu International Kite Festival (TNIKF), organised by Global Media Box in association with the state tourism department, will take place in Mamallapuram from August 13 to August 15.

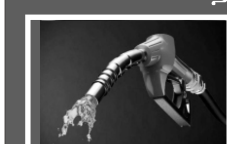
Tourism Minister M Mathiventhan and Minister for Mini Small and Micro Enterprises Tha Mo Anbarasan are set to inaugurate the mega event which is set to take place at TTDC Ocean View on East Coast Road (ECR), located around 57 km from Chennai.

According to the organisers, in this three-day festival, professional kite flyers from various countries, including Thailand, Malaysia and the US, besides India, will take part. Of the 10 teams that participate in the festival, six are from India and four from other countries.

The event will begin at noon and will take place till 9 pm. The festival will also see food stalls, musical performances and a talentshow for kids .

Sandeep Nanduri, managing director, Tamil Nadu Tourism Development Corporation (TTDC), told that the festival would not harm birds or animals in any way. "These are like helium-filled balloons that would be tied by rope to the ground. There is no involvement of banned substances like manjha here. These balloons would fly up to a maximum of 25 feet so there is absolutely no threat to birds," .

சென்னையில் பெட்ரோல், டீசல் விலை நிலவரம்



பெட்ரோல் விலை	டீசல் விலை
விலை 1 லிட்டர்	விலை 1 லிட்டர்
₹ 102.63	₹ 94.24

ஆன்மீக தகவல்

விநாயகர் பற்றி யாரும் அறியாத அற்புதமான தகவல்கள்...

1.விநாயகர் ஒரு கொம்பு, இரு காதுகள், மூன்று கண்கள், நான்கு தோள்கள், ஐந்து கைகள் ஆறெழுத்துக்கள் உடையவர்.

2. விநாயகர் பூதமாய், தேவராய், விலங்காய், ஆணாய், பெண்ணாய், உயர்திணையாய், அக்திணையாய் எல்லாமாய் விளங்குகிறார்.

3. யானையை அடக்கும் கருவிகள் பாசமும் அங்குசமும், விநாயகர் தன் கையில் பாசாங்குசத்தை ஏந்தி இருக்கின்றார். தன்னை அடக்குவார் ஒருவரும் இலர் என்ற குறிப்பை இதன் மூலம் உணர்த்துகிறார்.

4. அகில உலகங்களும் விநாயகருடைய மணி வயிற்றில் அடங்கிக் கிடப்ப என்ற குறிப்பை அவருடைய மத்தள வயிறு புலப்படுத்துகின்றது.

5. விநாயகர் இச்சாசக்தி, கிரியாசக்தி, ஞானசக்தி என்ற மும்மதங்களைப் பொழிகின்றார்.

6. கும்பம் ஏந்திய கை படைக்கும் தொழிலையும், மோதகம் ஏந்தியகை காத்தல் தொழிலையும், அங்குசம் ஏந்திய கரம் அழித்தல் தொழிலையும், பாசம் ஏந்திய கரம் மறைத்தல் தொழிலையும், தந்தம் ஏந்திய கரம் அருளல் தொழிலையும் புரிகின்றன. எனவே விநாயகர், சிருஷ்டி, திதி, சங்காரம், திரௌபவம், அனுக்கிரகம் என்ற ஐம்பெருந் தொழில்களை ஐந்து கரங்களால் புரிந்து ஆன்மாக்களுக்கும் அருள் புரிகின்றார்.

7. விநாயகர் தாய் தந்தையரை அன்புடன் வழிபட்டதால் பிள்ளை என்ற பெயருடன் ஆர் என்ற பன்மை விகுதி பெற்றுப் பிள்ளையார் என்று பேர் பெற்றார்.

8. முருகர், அம்பிக்கை ராமர், கிருஷ்ணர் முதலிய உருவங்கள் சிற்ப முறைப்படி செய்து வழிபட வேண்டியவை. அவை சிற்ப லட்சணத்திற்கு மாறுபட்டிருந்தால் வழிபாடு செய்பவருக்கு நன்மை கிடைக்காது. ஆனால் பிள்ளையார் உருவம் அப்படி அல்ல. மஞ்சளை அரைத்து ஒரு சிறு குழந்தை கூட பிடித்து வைத்தால் போதும் பிள்ளையார் தயார். பிள்ளையார் அவ்வடிவில் எழுந்தருளி அருள்புரிவார்.

9. சந்தனம், களிமண், மஞ்சள், சாணம் இப்படி எளிதாகக் கிடைக்க கூடிய பொருளில் விநாயகரை செய்து வழிபடு வார்கள்.

10. விநாயகருக்கு எளிதாக கிடைக்கக் கூடிய அருகம்புல் மிக விருப்பம். அருகு வைத்து விநாயகரை வழிபட்டால் பிறவிப் பிணி நீங்கி, இன்பம் பெருகும்.

11. விநாயகருக்கு கரும்பு, அவரை, பழங்கள், சர்க்கரை, பருப்பு, நெய், எள், பொரி, அவல், துவரை, இளநீர், தேன், பயறு, அப்பம், பச்சரிசி, பிட்டு, வௌளுளரிப்பழம், கிழங்கு, அன்னம், கடலை முதலியன வைத்து நிவேதனம் செய்ய வேண்டும்.

12. விநாயக சதுர்த்தி அன்று நாம் பூஜை செய்யும் விநாயகர் சிலை மண்ணினால் செய்யப்பட்டதாக இருக்க வேண்டும். நம் கட்டை விரல் அளவைப் போல பன்னிரண்டு மடங்கு அளவில் இருக்க வேண்டும்.

13. புரட்டாசி மாத சதுர்த்தி வரை நம் இல்லத்துப் பூஜையில் இருக்க வேண்டும். இந்த 30 நாட்கள் தினந்தோறும் பூஜைகளை முறையாகச் செய்து வருவதுடன் நைவேத்தியங்களும் செய்ய வேண்டும். புரட்டாசி சதுர்த்திக்கு மறுநாள் பூஜை முடிந்து சிலையை நதியிலோ, குளத்திலோ, கடலிலோ அல்லது ஏதாவது நீர்நிலைகளிலோ சேர்த்து விட வேண்டும்.

14. பார்வதி தேவியே கடைப்பிடித்து வழிகாட்டிய விரதம் இது. இந்த சதுர்த்தி பூஜையைச் செய்து தான் பார்வதி தேவி ஈசுவரனைக் கணவராக அடைந்தார்.

15. ராஜா கர்த்தமன், நளன், சந்திராங்கதன், முருகன், மன்மதன் (உருவம்பெற்றான்), ஆதிசேஷன், தட்சன் மற்றும் பலர் விநாயக சதுர்த்தி விரதத்தைக் கடைப்பித்து உயர்ந்த நிலை அடைந்தனர்.

16. விநாயகர் பக்தர்களில் தலைசிறந்தவர் புருசுண்டி முனிவர். விநாயகரை நோக்கித் தவமிருந்து விநாயகரை நேரே தரிசனம் செய்தவர்.

17. தேவேந்திரனுடைய விமானம் சங்கடஹர சதுர்த்தி விரதப் பலனாலேயே மீண்டும் விண்ணில் பறக்க ஆரம்பித்தது.

18. கிருதவீர்யன் இந்த விரதத்தின் பலனால் உத்தமமான குழந்தைச் செல்வமடைந்தான்.

19. சூரசேனன் என்னும் மன்னன் விநாயகர் விரதத்தைத் தான் கடைப்பிடித்ததோடு தன் நாட்டு மக்கள் அனைவரும் இதைக் கடைப்பிடிக்கும்படி செய்து சகல செல்வங் களையும் பெற்றான்.

20. கணபதி மந்திரங்களை பிரம்ம முகூர்த்த வேளை என்படும் அதிகாலை 4.30 முதல் 6.00-க்குள் உச்சரிப்பது மிகவும் நல்லது என கணேச உத்தர தாயினி உபநிஷத்தில் கூறப்பட்டுள்ளது.

விவசாயம் காப்போம்

இயற்கை முறையில் துவரை சாகுபடி

தமிழகத்தில் பயறு சாகுபடி வகைகளில் உளுந்து, பாசிப்பயறு, தட்டைப் பயிறு, துவரை, கொண்டைக்கடலை ஆகியன முக்கியப் பங்கு வகிக்கின்றன.

இதில் உளுந்து, பாசிப்பயிறு போன்றவை குறைந்த நாள்களில் விளைச்சல் பெறுவதால், இதன் உற்பத்தித் திறன் குறைவாகவே உள்ளது. துவரைப் பயறு விளைச்சலுக்கு 105 முதல் 200 நாள்கள் வரை உள்ளதால், இதன் உற்பத்தித் திறன் அதிகமாகும். மேலும், உற்பத்தியை அதிகரிக்க விவசாயிகள் தொழில்நுட்ப நடவு முறையில் சாகுபடி செய்து அதிக மகசூல் பெறலாம்.

தொழில்நுட்பம:-

துவரை சாகுபடியில் நடவுமுறையைப் பின்பற்றுவதன் மூலம் போதிய பயிர் எண்ணிக்கையைப் பராமரிப்பதுடன், குறைந்த விதையளவுடன் 1 ஏக்கருக்கு 1 கிலோ விதை போதுமானது. தொழில்நுட்ப முறையைப் பயன்படுத்துவதால் இறவையில் 1 ஏக்கருக்கு 500 முதல் 600 கிலோவும், மானாவாரியில் 1 ஏக்கருக்கு 300 முதல் 400 கிலோ வரை கூடுதல் மகசூலும் கிடைக்கும்.

துவரை நடவு செய்வதற்குத் தேவையான நாற்றாங்காலை குழித்தட்டு மற்றும் பாலித்தீன் பைகளில் வளர்த்து நடவு செய்யலாம். பெருங்கரை போன்ற கிராமங்களைச் சேர்ந்த விவசாயிகளுக்கு இதுபோன்ற நாற்றாங்கால் அமைக்கும் பயிற்சி அளிக்கப்பட்டுள்ளது. குழித்தட்டு நாற்றங்கால் முறையில் 200 காஜ் கருப்பு நிற குழித்தட்டுகள் அமைத்து, அக் குழிகளில் மக்கிய தென்னை நார்க் கழிவுகள் மற்றும் மணல் பயன்படுத்தப்படுகிறது. தட்டில் உள்ள குழிகளில் தண்ணீர் தேங்கி வேர்கள் அழுகி விடாமல் இருந்திட 3 முதல் 4 துளைகள் போட வேண்டும். 15 நாள் வளர்ந்துள்ள நாற்றுகளை நடவு செய்திடலாம்.

இக் குழித் தட்டுகளில் 90 சதவீதம் பரப்பியுள்ள தென்னைநார் மற்றும் மணலில் குழி ஒன்றில் இரண்டு விதைகளை ஊன்ற வேண்டும். பூஞ்சாள நோய் தாக்குதலிலிருந்து நாற்றுகளைப் பாதுகாத்திட 1 கிலோ விதையுடன் 10 கிராம் சூடோமோனாஸ் கலவையுடன் கலந்து விதைக்க வேண்டும். முளைத்த 10ஆம் நாளில் வீரியமான நாற்றை மட்டும் வைத்துவிட்டு, வலுவிழந்த நாற்றினை நீக்கி, ஒரு குழியில் ஒரு நாற்று மட்டும் இருக்குமாறு வைத்து பின்னர் நடவு செய்ய வேண்டும்.

நடவு முறை:

நடவு செய்வதற்கு 1 வாரத்திற்கு முன்பு தொழு உரம் இட்டு நடவு வயலைத் தயார் செய்திட வேண்டும். வரிசைக்கு வரிசை 5 அடி, செடிக்கு செடி 3 அடி இடைவெளியில் நாற்றுகள் நடுவதற்கு ஏதவாக சிறு குழிகள் எடுக்க வேண்டும். 15 நாள்கள் வளர்ந்துள்ள நாற்றுகளை அந்த குழிகளில் நடவு செய்ய வேண்டும்.

ஊடுபயிர் சாகுபடி:

வரிசைக்கு வரிசை 5 அடி இடைவெளி உள்ளதால், காலியாக உள்ள பரப்பில் ஊடுபயிராக உளுந்து, பாசிப் பயறு மற்றும் கடலை போன்ற பயிர்களைப் பயிர் செய்யலாம். இதனால் கூடுதல் மகசூல் பெற்று அதிக லாபம் பெறலாம்.

களை மற்றும் நீர் மேலாண்மை:

நடவு செய்த 20-ஆம் நாளில் கைக் களை எடுத்து களைகளைக் கட்டுப்படுத்தலாம். தண்ணீர் தேங்கினாலும், பற்றாக்குறை ஏற்பட்டாலும் பயிரின் வளர்ச்சி பாதித்து, மகசூல் இழப்பு ஏற்படும். இதனால் நடவின்போதும், பூக்கள் மலரும்போதும், காய்கள் உருவாகும்போதும் தண்ணீர் பாய்ச்சுவது அவசியம்.

நடவு செய்த 30ஆம் நாள் ஜீவாமிர்த கரைசல் தர வேண்டும்.

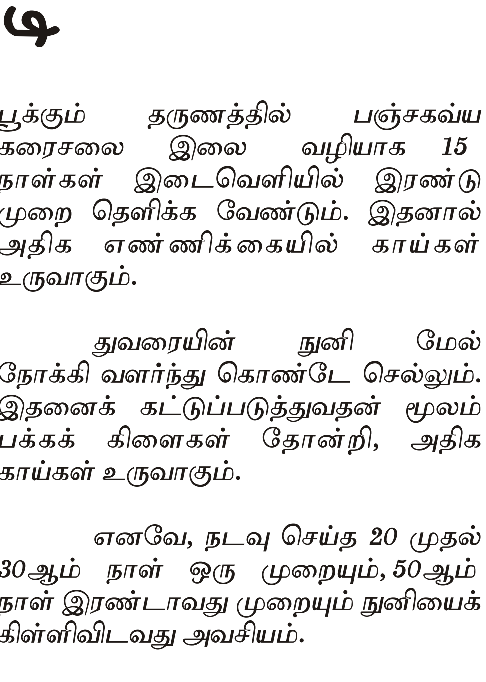
பூக்கும் தருணத்தில் பஞ்சகவ்ய கரைசலை இலை வழியாக 15 நாள்கள் இடைவெளியில் இரண்டு முறை தெளிக்க வேண்டும். இதனால் அதிக எண்ணிக்கையில் காய்கள் உருவாகும்.

துவரையின் நுனி மேல் நோக்கி வளர்ந்து கொண்டே செல்லும். இதனைக் கட்டுப்படுத்துவதன் மூலம் பக்கக் கிளைகள் தோன்றி, அதிக காய்கள் உருவாகும்.

எனவே, நடவு செய்த 20 முதல் 30ஆம் நாள் ஒரு முறையும், 50ஆம் நாள் இரண்டாவது முறையும் நுனியைக் கிள்ளிவிடவது அவசியம்.

பயிர் பாதுகாப்பு முறைகள்:

சரியான நேரத்தில் மண் அணைத்துக் கொடுக்க வேண்டும். பூச்சிகள் ஏதேனும் தென்பட்டால், வேப்பம் கொட்டை கரைசல், பூண்டு மற்றும் நொச்சி கரைசல் போன்றவற்றை வேளாண் துறையினரின் ஆலோசனைப்படி தெளிக்க வேண்டும்.



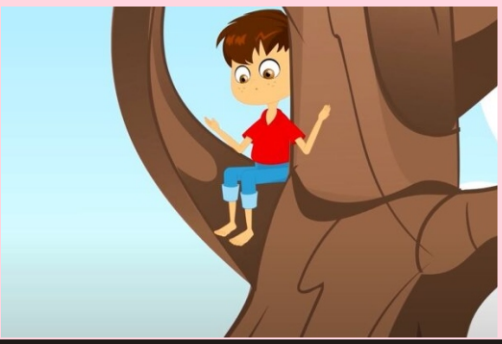
தன்னம்பிக்கையும் பயமும்

திருக்குறள் **கதை**

ஒரு பையன் ஒருத்தன் காட்டு வழியா நடந்து போய்கிட்டு இருந்தான்,அப்ப அவனுக்கு ரொம்ப பசிச்சது. சாப்பிட எதாவது கிடைக்குமான்னு தேடிப்பத்த அவனுக்கு ஒண்ணுமே கிடைக்கல ,உணவு தேடி ரொம்ப தூரம் நடந்ததும் அப்புறம் ஒரு இடத்துல ஒரு மாம்பழ மரம் இருந்துச்சு.

உடனே அதுமேல ஏறி பழங்கள பிடிங்கி திங்க ஆரம்பிச்சான் அந்த பையன் ,அந்த மாம்பழங்கள் நல்லா பழுக்காததாள புளிப்பா இருந்துச்சு ,அப்பத்தான் நல்லா பழுத்த மாம்பழங்கள் உச்சி கிளைல இருக்குறத பாத்தான் அந்த பையன்.

உடனே நல்லா முயற்சி செஞ்சு இன்னும் மேல ஏறுனான் அவன் ,திடீர்னு அந்த கொப்பு உடைஞ்சிடுச்சு உடனே கீழ விழ ஆரம்பிச்சான் அந்த இளைஞன் , அப்ப இன்னொரு கிளைய பிடிச்சி தப்பிச்ச அவன் ரொம்ப பயந்து போய்ட்டான்.



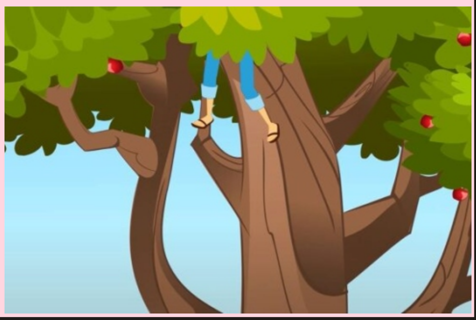
கீழ குனிஞ்சு பாத்தா அங்க கால்வைக்க இடமே இல்லை ,தான் அந்தரத்துல தொங்குறத நினச்சு ரொம்ப பயந்து போன அந்த பையன் உதவு உதவினு காடு முழுசும் கேக்குற மாதிரி கத்துதுனான்.

ரொம்ப நேரம் ஆகியும் யாரும் உதவிக்கு வரல ,அப்ப அவனோட கை வேர்த்து பிடி நழுவ ஆரம்பிச்சது ,அப்ப அங்க வந்த தாத்தா ஒருத்தர் ஒரு சின்ன கல்ல எடுத்து அவன் மேல வீசி அடிச்சாரு.

உதவி கேட்டு தொங்கிகிட்டு இருக்குற என்மேல அவரு எதுக்கு கல்லால அடிக்கிறாருனு கோபப்பட்டான் அந்த பையன் ,எதுக்கு தாத்தா கல்லால அடிக்கிறீங்கன்னு கேட்டான்.

எதுவும் சொல்லாம இன்னொரு கல்ல எடுத்து அவன் மேல போட்டாரு அந்த தாத்தா ,இப்ப இன்னும்கொஞ்சம் கோபமான அந்த பையன் தன்னோட பிடியை தளர்த்தி இன்னொரு கிளையையும் சேத்து பிடிச்சிக்கிட்டு அவரை பாத்து கத்துனான்

அப்ப இன்னொரு கல்ல எடுத்து அவன் மேல அடிச்சாரு தாத்தா ,இப்ப ரொம்ப கோபமான அந்த பையன் தைரியத்தோடு கீழ குதிச்சி அவர்கிட்ட வந்தான்.உதவின்னு கேட்டு தொங்கிகிட்டு இருந்த என்ன எதுக்கு கல்லால அடிச்சீங்கன்னு கேட்டான் அந்த பையன் ,தாத்தா சிரிச்சிகிட்டே சொன்னாரு



முதல்ல உன்ன பாத்தப்ப நீ ரொம்ப பயத்துல இருந்த உன் பிரச்னையை நீ புரிஞ்சிக்க கூட முடியாம இருந்த , ஒரு கல்ல உன்மேல போட்டதும் உன்னோட பயம் போய் கோபம் வந்தது ,அடுத்த கல்ல போட்டதும் கோபத்துல என்ன அடிக்க வந்த நீ அதுக்கு இடையூரா இருந்த இந்த பள்ளத்தை பத்தி கவல படாம மேல இருந்து தைரியமா குதிச்ச.

பயத்தினால உன்னோட பிரச்சனய உன்னால போக்க முடியாது ,உனக்கு தைரியம் வரவழைக்கத்தான் ,உன்ன கோபப்படுத்தினேனு சொன்னாரு

அவரு சொன்னது உண்மைன்னு புரிச்சிக்கிட்ட அந்த பையன் அவர்கிட்ட மன்னிப்பும், நன்றியும் சொன்னான்.

”ஐயத்தின் நீங்கித் தெளிந்தார்க்கு வையத்தின் வானம் நணிய துடைத்து”

ஐயப்பாடுகளைத் தெளிந்த ஆராய்ச்சி வாயிலாகத் தீர்த்துக் கொண்டவர்களுக்குப் பூமியைவிட வானம் மிக அருகில் இருப்பதாகக் கருதுகின்ற ஊக்கம் ஏற்படும்.

ANANDAM LEARNING ACADEMY
P.R.
www.amgp.in
CLASSES for 2nd to 12th
by experienced Teachers
PHYSICS
CHEMISTRY
MATHEMATICS
BIOLOGY
SOCIAL STUDIES
SPELLING BEE
SPOKEN ENGLISH
SPOKEN HINDI
TAMIL / BASIC TAMIL
KEYBOARD
Contact: 99520 62573 / 96778 07469
ADDRESS
37F, VELACHERY - TAMBARAM ROAD
VIJAYANAGAR, VELACHERY - 42
(NEAR ADYAR ANANDA BHAVAN)

பழமொழி

மலையை கெல்லி எலியை பிடித்தானாம்.

He wastes a lot of effort to do simple jobs.

What does it mean?

- Give it a shot: to try to do (something)
  I don't think it will work, but I suppose you could ***give it a shot***.
- Hold one's horses: wait a moment or slow down
  Hold your horses kids! The show will be starting in five minutes.
- Once in blue moon: very rarely
  I see her ***once in a blue moon***.

Chutties Corner

PAPER CRAFT

படத்தில் உள்ள 10 வித்தியசங்களை கண்டுபிடியுங்கள்...!

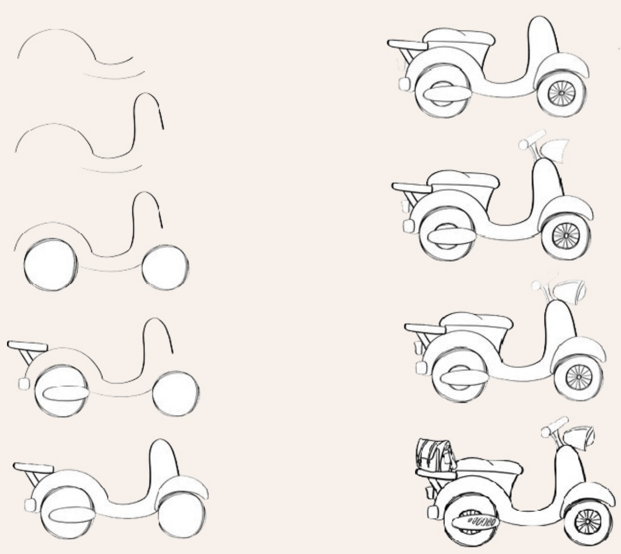
Find 10 Differences ?

[638] **திருக்குறள்**

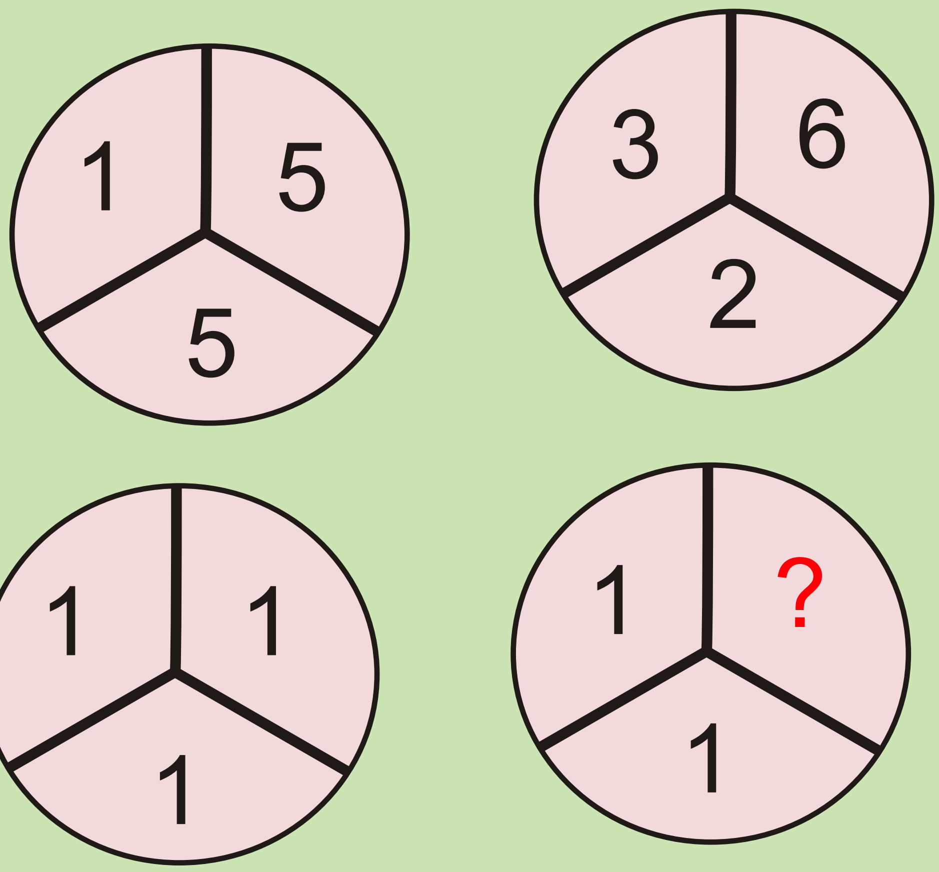
அறிகொன்று அறியான் எனினும் உறுதி
உழையிருந்தான் கூறல் கடன்.

The man in place must tell the facts
Though the ignorant king refutes.

EASY DRAWING



FIND THE MISSING NUMBER ?



உங்கள் வீட்டு குழந்தைகளின்
திறமைகளை வெளிப்படுத்த,
அவர்களின் ஓவியம், கைத்திறம்,
கோலம் மற்றும் கவிதைகளை
அவர்களின் புகைப்படத்தோடு சேர்த்து
வாட்சப் அல்லது மெயில் மூலம்
எங்களுக்கு அனுப்பி வையுங்கள்.
இதற்கு கட்டணம் ஏதும் கிடையாது.

அழகு குறிப்பு

சாக்லேட் ஃபேஸ் ஸ்கரப்

இந்த சாக்லேட் ஃபேஸ் ஸ்கரப் சருமத் துளைகளை ஆழமாக சுத்தம் செய்யும். மேலும் இது சருமத்தில் உள்ள இறந்த செல்களை நீக்கும். இதுனால் இந்த ஃபேஸ் ஸ்கரப்பை அடிக்கடி பயன்படுத்துவதால், சருமத்தின் நிறம் அதிகரிக்கும்.

செய்முறை:

❖ ஒரு பௌலில் 2 ஸ்பூன் கொக்கோ பவுடர், 1 ஸ்பூன் நாட்டுச் சர்க்கரை மற்றும் சிறிது பால் சேர்த்து நன்கு கெட்டியாக கலந்து கொள்ள வேண்டும்.

❖ பின் முகத்தை ஈரத்துணியால் முகத்தை துடைத்துவிட வேண்டும்.

❖ பின்னர் அதை முகத்தில் தடவி 10 நிமிடம் மென்மையாக மசாஜ் செய்ய வேண்டும். ஆழுத்தி தேய்த்துவிடாமல், மென்மையாக தேய்க்க வேண்டும்.

❖ 10 நிமிடம் கழித்து, குளிர்ந்த நீரால் முகத்தைக் கழுவ வேண்டும்.

பொன்மொழி:-

நம்பிக்கை நிறைந்த ஒருவர் யார் முன்னேயும் எப்போதுமே மண்டியிடுவது இல்லை.

-அப்துல் கலாம்

Vijaya Lakshmi Pandit
(18 August 1900 – 1 December 1990)

Vijaya Lakshmi Pandit was an Indian diplomat and politician who was elected as the first female president of the United Nations General Assembly.

Pandit was sent to London as India's most important diplomat after serving as Nehru's envoy to the Soviet Union, the United States and the United Nations.

Hailing from a prominent political family, her brother Jawaharlal Nehru was the first Prime Minister of independent India, her niece Indira Gandhi the first female Prime Minister of India and her grand-nephew Rajiv Gandhi was the sixth Prime Minister of India.

Her time in London offers insights into the wider context of changes in Indo–British relations.

Her High-Commissionership was a microcosm of inter-governmental relations.

இந்த வார ராசிபலன்

மேஷம்

இந்த வாரம் உங்கள் குடும்பத்திற்கும் வேலைக்கும் இடையே சரியான இணக்கத்தை பராமரிக்க முடியும். இதனால் உங்கள் துறையில் சிறப்பாக செயல்பாடுவீர்கள்.

ரிஷபம்

நீண்ட நாட்களாக உடல் நலக் குறைவால் சிரமப்பட்டு வந்த வீட்டின் முதியவருக்கு இந்த வாரம் சிறப்பாக இருக்கும். அவர்களுக்கு நீண்ட நாட்களுக்குப் பிறகு பிரச்சனை தீர்க்கப்படும்.

மிதுனம்

இந்த வாரம் உங்கள் குடும்ப உறுப்பினர்களின் வேலையால் வீட்டின் வருமானமும் உயரும் யோகம் உருவாகிறது. வீட்டின் புனரமைப்பு வேலை பற்றி பரிசீலிக்கலாம்.

கடகம்

இந்த வாரம் உங்கள் மனைவி உங்கள் உணர்வுகளை நன்கு புரிந்துகொண்டு உங்களையும் உங்கள் குடும்பத்தினரையும் நியாயமாக நடத்துவார்.

சிம்மம்

நீங்கள் தவறாகப் புரிந்து கொண்ட குடும்ப உறுப்பினர்கள் மற்றும் உங்கள் பங்குதாரர் உங்கள் கடினமான காலங்களில் உங்கள் முழு ஆதரவை வழங்குவார்கள்.

கன்னி

இந்த வாரம் நீங்கள் உடல் ரீதியாகவும் மன ரீதியாகவும் சிறப்பாக இருப்பீர்கள். இருந்த போதிலும், வரவிருக்கும் மன அழுததை ஆதிக்கம் செலுத்த விடாதீர்கள்.

துலாம்

இந்த வாரம் நிதி தொடர்பான வேகத்தைத் தக்க வைத்துக் கொள்ள, குறைந்த முயற்சிக்குப் நல்ல லாபத்தைப் பெறுவீர்கள், எதிர்பாராத செலவுகள் மிகவும் இருக்கும்.

விருச்சிகம்

இந்த வாரம், திடீரென்று ஒரு விருந்தினர் வருவதை உங்களுக்குத் தெரிவிக்காமல் உங்கள் வீட்டிற்கு வருவதால், உங்கள் நிதி நிலைமை கொஞ்சம் குலுங்கும்.

தனுசு

இந்த வாரம் உங்களது அதிக உணர்ச்சிவசப்படும் இயல்பை கட்டுப்படுத்தத் தவறுவீர்கள். இதனால் உங்கள் குடும்ப உறுப்பினர்களுடன் வாக்குவாதம் வரும்.

மகரம்

இந்த வாரம் உங்கள் தொழிலில் முன்னேற வேண்டும் என்ற உங்கள் விருப்பம் உங்கள் அணுகு முறையை சற்று பிடிவாதமாகவும் மாற்றும்.

கும்பம்

உங்கள் தொழிலில் சிறப்பாகச் செயல்பட, இந்த வாரம் எதிர்மறை எண்ணங்களிலிருந்தும் உங்களை எல்லா வகையிலும் விலக்கி வைக்க வேண்டும்.

மீனம்

இந்த வாரம் நீங்கள் உங்கள் பணியிடத்திலிருந்து சீக்கிரம் வீட்டிற்கு வர முயற்சிப்பீர்கள், அதில் நீங்கள் வெற்றியையும் பெறுவீர்கள்.

YOGASANAM

உத்கடாசனா

பயன்கள் :-

❖ இது நமது தொடை தசைகள் மற்றும் கணுக்கால்களை வலுப்படுத்துகிறது.

❖ இது நமது தோள்பட்டைகள், முதுகு, இடுப்பு மற்றும் பிட்டம் ஆகிய உறுப்புகளை சீராக்குகிறது.

❖ இது நமது தசைகளை இறுக்கி, அவற்றுக்குள்ளேயே வலிமையைத் தருகிறது.

❖ இது தட்டைப் பாதப் பிரச்சினையை படிப்படியாகக் குணப்படுத்துகிறது.

❖ இதயம் ஆரோக்கியமாக இருப்பதற்கு இந்த உத்கடாசனா மிகவும் உதவியாக இருக்கிறது.

❖ இது இதயத்தை மேம்படுத்தி, இதயத்தையும் அதன் துடிப்பையும் தூண்டிவிடுகிறது.

❖ இது நமது நரம்பியல் மையத்திற்கு பலனைத் தருகின்றன. அதே நேரத்தில் நம்மை அமைதியாகவும் தளர்வாகவும் வைத்திருக்கின்றன.

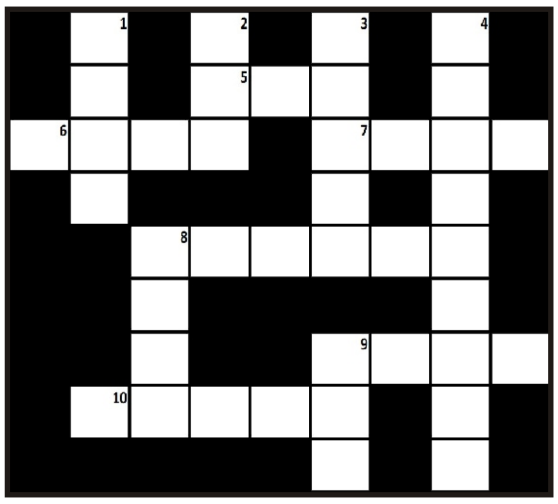
அருட்பெருஞ்ஜோதி தனிபெருங்கருணை

YOGA CENTRE

Cell : 9444 122 922

Entertainment Corner

குறுக்கெழுத்துப் புதிர்



இடமிருந்து வலம்:-
5. விறகு விற்கும் கடைக்குள் எட்டிப் பார்த்தால் வேறென்ன கிடைக்கும்? (3)
6. இதயத்தின் தசைகளுக்கு மசை போட்டால் உயரத்தை அடையலாம் (4)
7. சிம்புவின் நடனத்தில் லயித்த கண்ணகி காலணி (4)
8. விசை செலுத்து, வேறுருவம் கொள். இதுவே கட்டளை் (6)
9. குதிரை திக்குமுக்காடுகிறதே என்று கவலை கொள் (4)
10. பசுமை தாங்கிடும் காடுகளுக்கு உள்ளே இருக்கிறாள் நம் மாசுக்களின் நஞ்சைக் குறைக்கும் பொறுப்பாளி (5)

மேலிருந்து கீழ்:-
1. அதுக்குள் கமகம வாசனை வர உள்ளமது பெயரளவில் இசுலாத்தை நாடுகிறது (4)
2. சோ ராமசாமிக்கு ஆங்கிலப் பசை தந்த வாட்டம் (3)
3. இறுதியாக ஒருமுறை சிதறிக் கிடக்கும் கடை சிறிது துார இடைவெளியில் ஒழுங்குபெற ஒருவனை அனுப்புகிறேன் (3,2)
4. பச்சோந்திகளின் சிறப்பம்சம் (3,3,3)
8. பயமறியாத் திராவிடர் உடைமை (4)
9. அந்த பகீர் தகவலைக் கொஞ்சம் நாசூக்காக வலைதள நண்பர்களுக்குச் சொல் (3)

எக்ஸ்பிரஸ் ஜோக்ஸ்..........

பக்கத்துவீட்டுகாரர் : உங்க வீட்ல எப்பவும் சிரிப்பு சத்தம் கேக்குதே?

ராமு : மனைவி என்மேல பாத்திரத்த தூக்கி போடுவா. மேல படலேன்னா நான் சிரிப்பேன் புட்டதுன்னா அவள் சிரிப்பா.

❖❖❖

மனைவி : ஏங்க, நான் சாம்பார்ல புளி போடறதுக்கு மறந்திட்டேன்' கொஞ்சம் யனதரளவ பண்ணிக்கோங்க...

கணவன் : பரவாயில்லை, நீ சமைக்கப் போறேன்னு சொன்னதுமே ஏற்கனவே வயித்திலே புளிய கரைச்சிடுச்சி'

மனைவி : ???

❖❖❖

ஒருத்தர் எப்ப பாரு ஊருக்குள்ள கட்டையோட சுத்திட்டு இருந்தாராம் ஏன் தெரியுமா ?
விடை: அவரு ஒரு கட்ட ப்ரம்மசாரியாம்

❖❖❖

விடுகதை விளையாட்டு

1. கசக்கி பிலிந்தலும் கடைசி வரை இனிப்பான். -அவன் யார்?
2. வாயிலே தோன்றி வாயிலே மறையும் பூ. -அது என்ன?
3. ஏரியில் இல்லாத நீர், தாகத்திற்கு உதவாத நீர், தண்ணீர் அல்ல. -அது என்ன?
4. கண்ணீர் விட்டு வெளிச்சம் தருவான். -அவன் யார்?
5. ஓர் அரண்மனையில் 32 காவலர்கள். -அது என்ன?

சொல் விளையாட்டு

க ம்
வே த ட்
ட சை

கட்டத்தில் உள்ள எழுத்துக்களில் 10 வார்த்தைகளை கண்டுபிடியுங்கள்.

சென்ற வார விடுகதை விளையாட்டு விடைகள்

1. சிலந்தி 2. தக்காளி 3. தோடு
4. நுங்கு 5. தொலைபேசி 6. முதுகு
7. கண் 8. அகப்பை

சென்ற வார சொல் விளையாட்டு விடைகள்

1.வட்டம் 2. வடம் 3. பட்டம்
4.படம் 5.பதி 6.வரம்
7.பம்பரம் 8.திரவம் 9.திட்டம்
10.ரம்பம்

சென்ற வார சுடோக்கு விளையாட்டு விடைகள்

1	7	5	2	9	4	8	3	6
6	2	3	1	8	7	9	4	5
8	9	4	5	6	3	2	7	1
5	1	9	7	3	2	4	6	8
3	4	7	8	5	6	1	2	9
2	8	6	9	4	1	7	5	3
9	3	8	4	2	5	6	1	7
4	6	1	3	7	9	5	8	2
7	5	2	6	1	8	3	9	4

உங்களின் திறமைகளை வெளிப்படுத்த, உங்கள் ஓவியம், கைத்திறம், கோலம் மற்றும் கவிதைகளை உங்களின் புகைப்படத்தோடு சேர்த்து வாட்சப் அல்லது மெயில் மூலம் எங்களுக்கு அனுப்பி வையுங்கள். இதற்கு கட்டணம் ஏதும் கிடையாது.

Publisher	: R. Rajesh
Editor	: Saranya Rajesh
Designer	: D. Deepa
Journalist	: P. Praveen
Marketing Executive	: C. Karthikeyan

இது எங்களுடைய ஒரே பத்திரிக்கை நிறுவனம்
This is our only concern

Express Velachery
Weekly - News Paper
37F, Diya Complex
Velachery Main Road, Vijayanagar,
Velachery, Chennai - 600042.
Timing: Monday to Friday 9.30 am to 6.00 pm
Saturday 9.30 am to 12.30 pm
044-42077328 / 7305837388
E-mail : expressvelachery@gmail.com

DISCLAIMER
Readers are advised to make appropriate enquiries while responding to advertisements in these columns. Express Velachery does not vouch for any claims made by the Advertisers. The Printers, Publishers, Editor and Owners of Express Velachery shall not be held responsible/ liable for any consequences, in case such claims are found to be false.

அறுசுவை சமையல்

ஹைதராபாத் ஸ்பெஷல் முட்டை மலாய் குரமா

தேவையான பொருட்கள்:

- ❖ முட்டை - 6 (வேக வைத்தது)
- ❖ எண்ணெய்-3-4 டேபிள் ஸ்பூன்
- ❖ சீரகம் - 1/4 டீஸ்பூன்
- ❖ பச்சை மிளகாய் - 5 -6
- ❖ வெங்காயம் - 2 (நறுக்கியது)
- ❖ கொத்தமல்லி - 1/4 கப்
- ❖ புதினா - 1/4 கப்
- ❖ இஞ்சி பூண்டு பேஸ்ட்-1 டேபிள் ஸ்பூன்
- ❖ தயிர் - 2 டேபிள் ஸ்பூன்
- ❖ மஞ்சள் தூள் - ½ டீஸ்பூன்
- ❖ மல்லித் தூள் - 1 டீஸ்பூன்
- ❖ சீரகப் பொடி - 1/4 டீஸ்பூன்
- ❖ முந்திரி - 6-8 (வெதுவெதுப்பான நீரில் 15 நிமிடம் ஊற வைத்து பேஸ்ட் போல் அரைத்துக் கொள்ளவும்)
- ❖ பால்/சுடுநீர் - 1/2 - 3/4 கப்
- ❖ கரம் மசாலா - 1/4 டீஸ்பூன்
- ❖ மிளகுத் தூள் - 1/4 டீஸ்பூன்
- ❖ உப்பு - சுவைக்கேற்ப
- ❖ ஹெவி க்ரீம் - 2 டேபிள் ஸ்பூன்
- ❖ கொத்தமல்லி - (நறுக்கியது)
- ❖ வெண்ணெய் - 1 டீஸ்பூன்

செய்முறை:

❖ ஒரு வாணலியை அடுப்பில் வைத்து, அதில் 3-4 டேபிள் ஸ்பூன் எண்ணெய் ஊற்றி சூடானதும், சீரகத்தை சேர்த்து தாளிக்க வேண்டும். அதற்குள் மிக்சர் ஜாரில் பச்சை மிளகாய், வெங்காயம், கொத்தமல்லி, புதினா ஆகியவற்றை சேர்த்து அரைத்து, உடனே வாணலியில் சேர்த்து கிளறி விட வேண்டும்.

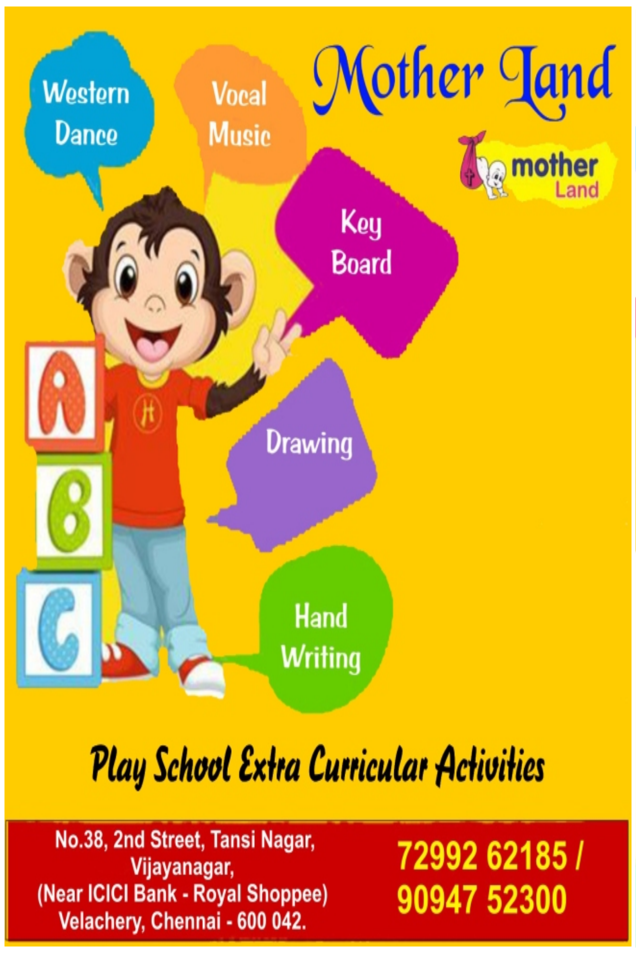
❖ பின் அதில் சிறிது உப்பு சேர்த்து மூடி வைத்து 7-10 நிமிடம் குறைவான தீயில் எண்ணெய் சற்று பிரியும் வரை வேக வைக்க வேண்டும்.

❖ பின்பு இஞ்சி பூண்டு பேஸ்ட் சேர்த்து சில நிமிடங்கள் கிளறி, தயிரை ஊற்றி குறைவான தீயில் மீண்டும் கொதிக்க வைக்க வேண்டும்.

❖ பிறகு மஞ்சள் தூள், மல்லித் தூள், சீரகப் பொடி, கரம் மசாலா ஆகியவற்றை சேர்த்து, பச்சை வாசனை போக வதக்கி விடவேண்டும். பின் அதில் முந்திரி பேஸ்ட் சேர்த்து 2 நிமிடம் வேக வைத்து, சுவைக்கேற்ப உப்பு சேர்த்து, பால்/நீரை ஊற்றி கிளறி, 1-2 நிமிடம் கொதிக்க வைக்க வேண்டும்.

❖ அதன் பின் கரம் மசாலா பவுடர், மிளகுத் தூள், ஒரு சிட்டிகை சர்க்கரை சேர்த்து கிளறி, வேண்டுமானால் சிறிது உப்பு சேர்த்து கிளறி விடவும்.

❖ பின்னர் வேக வைத்த முட்டைகளை சேர்த்து மெதுவாக கிளறி, 1-2 நிமிடம் மூடி வைத்து வேக வைத்து, இறுதியில் ஹெவி க்ரீம், நறுக்கிய கொத்தமல்லி மற்றும் வெண்ணெய் சேர்த்து ஒருமுறை கிளறி இறக்கினால், ஹைதராபாத் முட்டை மலாய் குருமா தயார்.



Owned & Published R.Rajesh, No.17, 100ft, By Pass Road, Velachery, Ch-42. Printed by S.Ali Mohammed Sayeed, Mo.22/49, Subedar Hussain Street, Border Thottam, Royapettah, Ch-14. Editor: SARANYA RAJESH